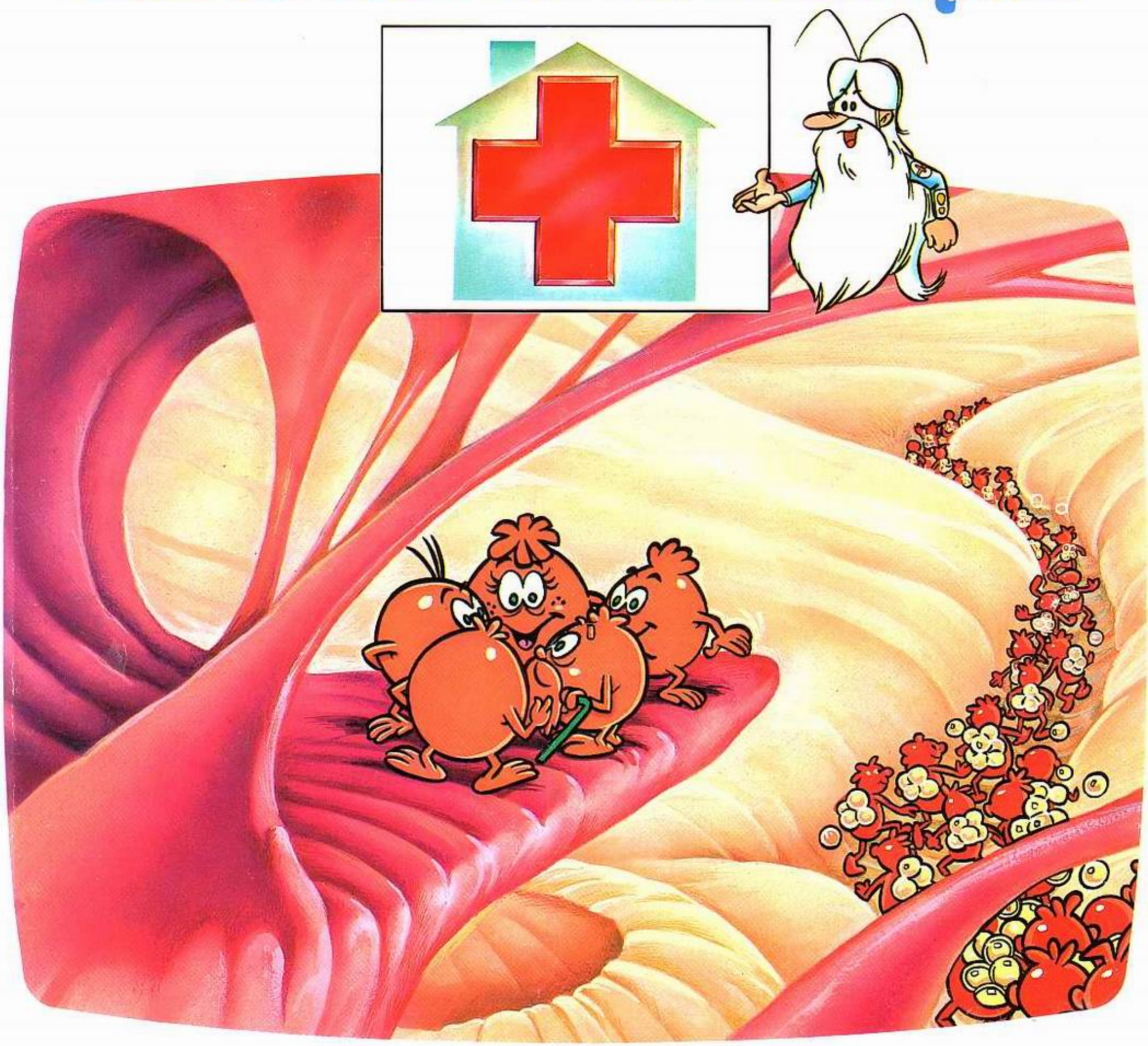
Le corps humain

il était une fois la Vie

44

Les accidents domestiques



HACHETTE-FABBRI

MAESTRO : Notre vieil ami est le savant et distrait chef d'une cellule. Il est aussi, grandeur nature, le bon médecin qui prodigue conseils et soins aux jeunes garnements imprudents.

PIERRETTE : Maman Pierrette, grandeur nature. Toujours présente pour réconforter et soigner quand un des enfants attrape bobo ou maladie.

LE TEIGNEUX : Méchant chef des microbes ou bactéries diverses. L'ennemi traditionnel de Petit Gros.

LE NABOT : Chef virus et virus lui-même. Insidieux, sournois. Le plus dangereux ennemi du corps humain... et de nos amis.

PSI : Globule blanc lymphocyte. Lieutenant de police et adjointe de Pierrot. Sa subtilité, quand il s'agira de déjouer les ruses des virus envahisseurs nous rendra bien des services.

PIERROT : Globule blanc lymphocyte et Capitaine de la Police du corps. Il se déplace dans une capsule spatiale. Les lymphocytes sécrètent des jets de toxines et éjectent des bataillons d'anticorps.

IL ÉTAIT UNE FOIS...

Vous connaissez tous Pierrot, Psi et Maestro sans oublier tous leurs compagnons. Vous avez suivi avec passion leurs exploits dans "Il était une fois l'homme" et "Il était une fois l'espace."

Aujourd'hui, Albert BARILLÉ leur fait vivre de nouvelles aventures dans le domaine de l'infiniment petit, au cœur même du corps humain, de ses organes, de leurs cellules, là où s'élabore, où s'entretient la vie.

Vous revivrez, en lisant ces albums, tous les instants passés à regarder l'émission de télévision "Il était une fois la vie."

Vous pourrez ainsi comprendre, encore plus facilement, comment fonctionne cette merveilleuse machine qu'est le corps humain et surprendre par votre culture scientifique vos parents et amis.

Une fois de plus, Albert BARILLÉ aura su, tout en nous émerveillant, enrichir notre esprit par de nouvelles connaissances.

Les albums parus peuvent être obtenus chez tous les marchands de journaux, ou, à défaut, chez l'éditeur, au prix en vigueur au moment de la commande.
Ils resteront disponibles pendant six mois après la parution du dernier numéro de la série.

Pour compléter votre collection ou pour vous abonner, écrivez :

- en FRANCE, à ÉDITIONS FABBRI :
  115, rue du Temple - 75139 Paris Cedex 03.
- en BELGIQUE, à AMP :
  MCE, Boîte Postale N° 4, 1610 RUISBROEK.
- en SUISSE, à NAVILLE :
  Rue Lévrier 5-7, 1201 GENÈVE.
- au CANADA, à L.M.P.I. :
  4001, Bd Robert, MONTRÉAL (QUÉBEC) - CANADA H124M8.

Auteur : Équipe Multilibro S.A. Réalisation et coordination technique : Multilibro S.A. Illustrations : Beaumont - Graphisme : Jean Barbaud
Décor : Claude Lambert

© Procidis, Albert Barillé

© Sogemo : pour adaptation et réalisation en langue française 1990.

Imprimé en France

Dépôt légal : 1er trimestre 1991.

ISBN : 2-87787-091-X

Le corps humain

il était une fois la Vie

D'après la série télévisée de
Albert BARILLÉ
7 d'or de la meilleure émission jeunesse

Les accidents domestiques

Tome 44

HACHETTE-FABBRI

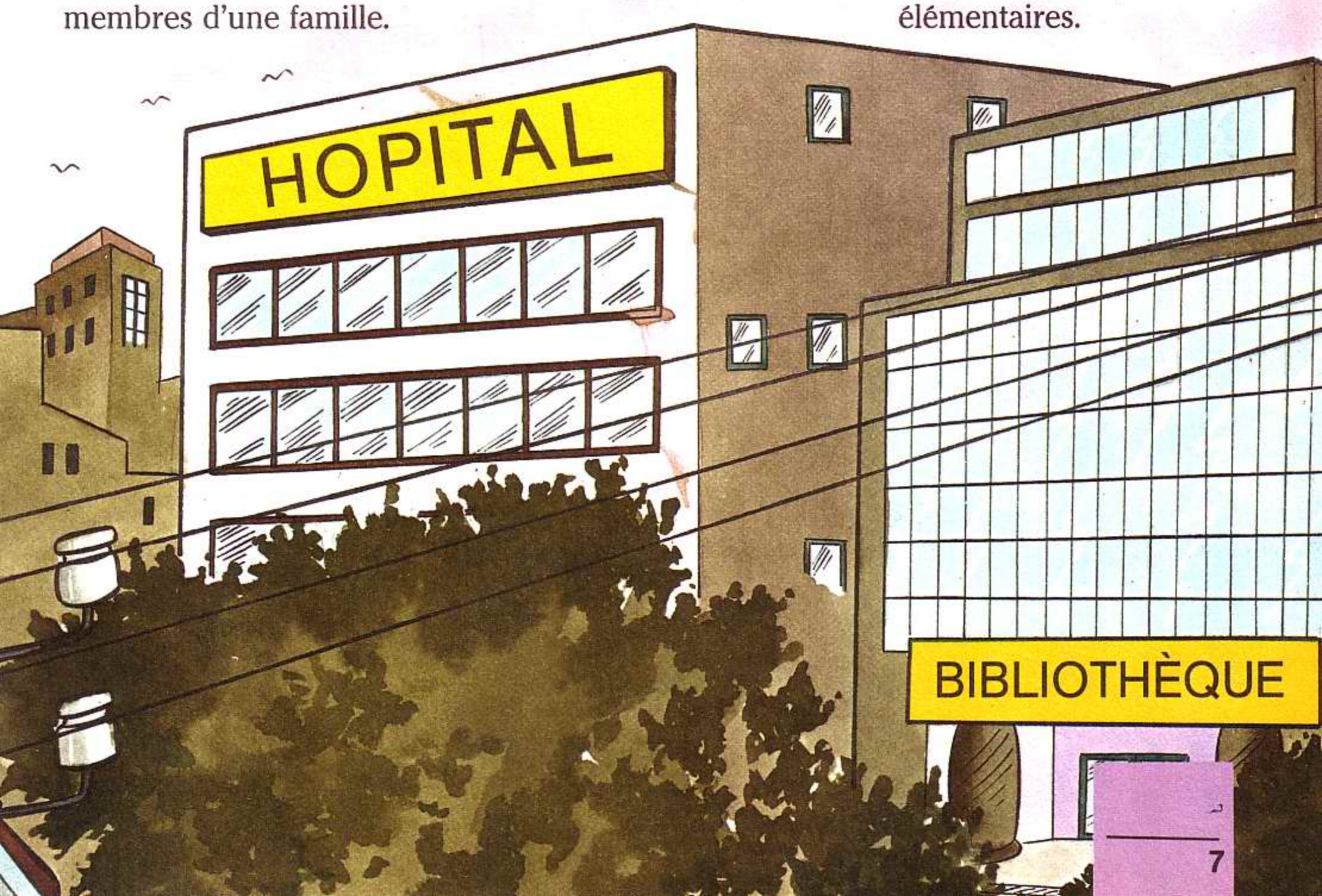
Vivre confortablement

Le foyer, un besoin fondamental

Depuis que l'être humain, il y a de cela longtemps dans la préhistoire, a abandonné le *nomadisme (1)* pour un foyer établi en un lieu fixe, près duquel il se livrait à l'agriculture et à l'élevage afin de subvenir à ses besoins, avoir un foyer est devenu une chose normale et nécessaire. De nos jours, pour une famille, le foyer est un besoin fondamental, voire indispensable qui réunit un certain nombre de conditions permettant à tous ses membres de maintenir une certaine qualité de vie. Certaines de ces conditions dépendent de l'environnement, du lieu où se trouve ce foyer, et d'autres, des caractéristiques qu'il présente à l'intérieur. Il s'agit, fondamentalement, de :

(1) Voir glossaire

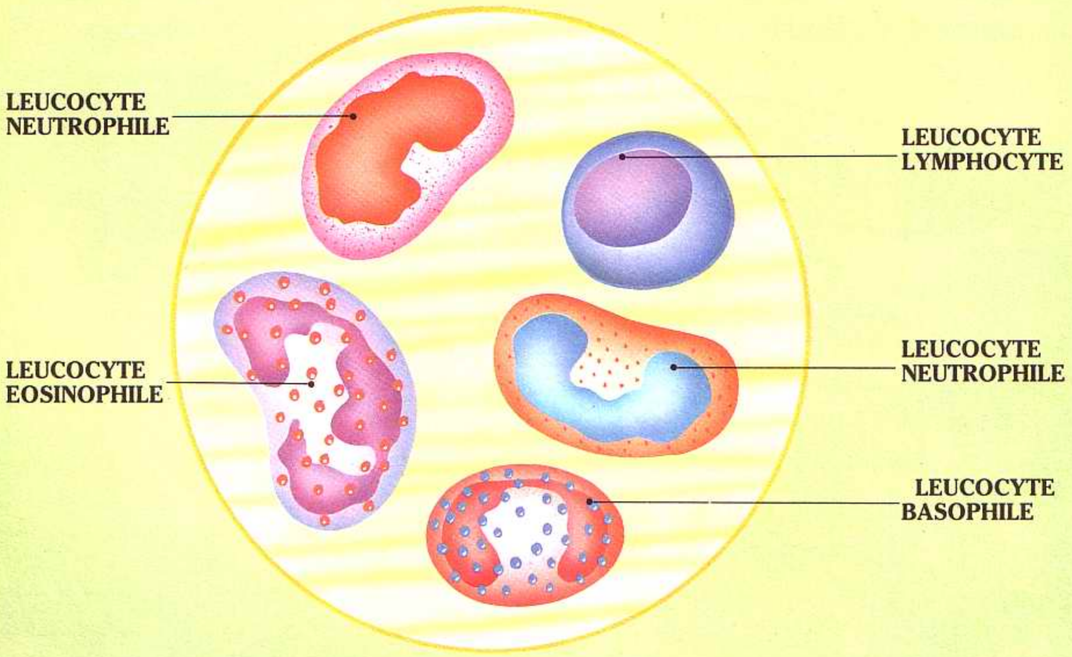
• Un milieu ambiant qui procure aux personnes les conditions adéquates pour garder un bon état de santé (par exemple, un niveau de pollution acceptable).
• Des services de santé (médecins, hôpitaux,...) et sociaux (écoles, bibliothèques, lieux de distractions, bon réseau de transports, etc.).
• Une distribution adéquate d'eau, d'électricité, etc... et un bon réseau d'élimination des eaux usées et des ordures ménagères.
• Une bonne aération et la conformité du bâtiment au climat et aux conditions atmosphériques du lieu. Par exemple, dans une région où il neige fréquemment, les toits doivent être prévus pour l'élimination facile de la glace.
• Des dimensions suffisantes pour abriter de manière décente tous les membres d'une famille.
• Un équipement intérieur suffisant, en quantité et en qualité. C'est-à-dire, que la cuisine dispose d'appareils permettant la conservation et la fabrication des aliments (réfrigérateur, cuisinière, etc.) ; qu'il y ait une salle de bains complète ; un système de chauffage approprié à l'endroit où se trouve l'habitation et à son volume, etc. Malheureusement, il est triste de penser que ces conditions demeurent, pour beaucoup, un rêve d'habitation idéale. Bien que la civilisation moderne ait apporté les moyens nécessaires pour qu'une grande partie de la population dispose d'un foyer digne de ce nom, il n'en reste pas moins vrai que, dans de nombreux endroits dans le monde, y compris dans les grandes villes des pays développés, des milliers de familles manquent, dans leur propre maison, des commodités les plus élémentaires.



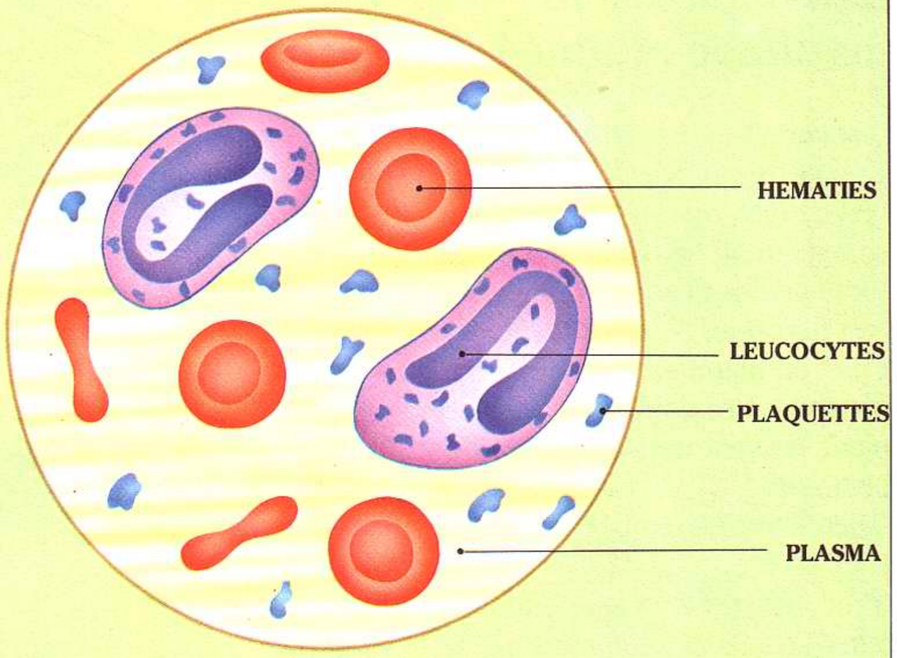
Rappelle-toi...

Le sang, un moyen de transport efficace

Le sang, pompé par le cœur, est un moyen de transport efficace qui parvient à tous les recoins de l'organisme, pour leur apporter les substances vitales dont les cellules ont besoin – aliments et oxygène –, et recueillir, pour les éliminer ensuite, les déchets qui résultent des différentes fonctions organiques.



NOS DEFENSES, LES LEUCOCYTES



Qu'est-ce que le sang ?

Le corps humain renferme 5 litres de sang. Dans la composition de ce liquide vital entre une substance liquide, le plasma, composé d'eau (90%), de protéines, de sels minéraux, de sucres et d'autres substances. Le plasma sert à transporter les déchets, tels que le gaz carbonique et l'urée. Il y flotte aussi des corpuscules cellulaires du sang : les globules rouges, les globules blancs et les plaquettes.

Les globules rouges, ou hématies, sont chargés de transporter l'oxygène. Ils contiennent une substance appelée hémoglobine qui, en contact avec l'air des poumons, se charge de l'oxygène et se transforme en oxyhémoglobine. Lorsque l'oxygène se dépose dans les différentes cellules du corps, l'oxyhémoglobine redevient de l'hémoglobine, perd sa couleur rouge brillant, et devient plus violacée. Grâce aux 4 à 5 millions d'hématies par mm^3 dans le corps humain, l'ensemble de l'organisme reçoit l'oxygène dont il a besoin.

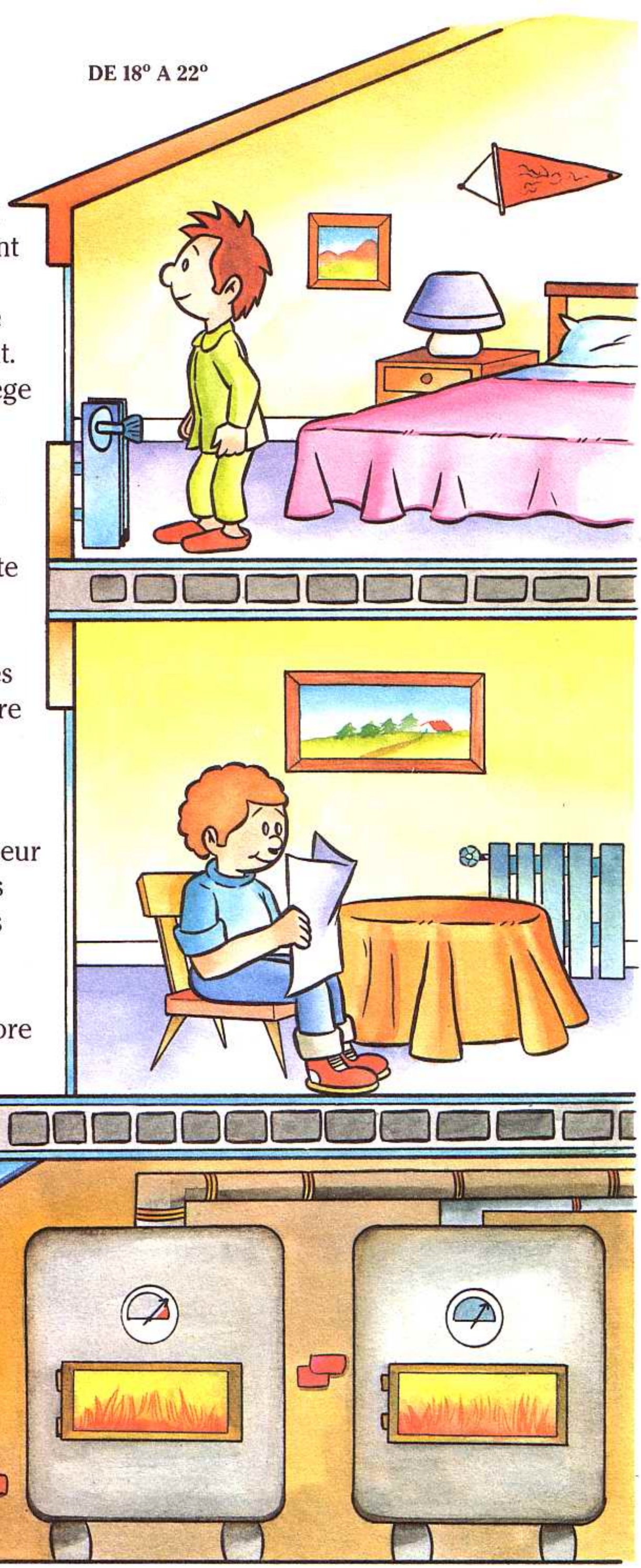
Les globules blancs ou leucocytes sont les défenseurs de notre corps lorsque des maladies l'attaquent. Ils détruisent les bactéries et produisent les anticorps. Il y a entre 6000 et 8000 leucocytes dans chaque mm^3 de sang.

Les plaquettes sont de petits fragments de cellules qui ont pour mission de contribuer à la coagulation du sang lorsqu'une blessure se produit. Il y a 300 000 plaquettes dans chaque mm^3 de sang.

Faut-il garder le chauffage allumé ?

Il est certain que le froid ne convient pas à notre organisme. Non seulement il est gênant, mais il diminue notre rendement au travail, et nous expose aux maladies dues au refroidissement. C'est pourquoi l'être humain se protège et met en marche des systèmes de chauffage. Ces derniers, quels qu'ils soient, doivent remplir les conditions suivantes :

- Maintenir une température constante de 18 à 22 °C.
- Procurer la même température à toutes les pièces de la maison, car des changements brusques de température à l'intérieur du même foyer peuvent entraîner des refroidissements dangereux pour la santé.
- Ils ne doivent pas polluer l'air intérieur de la maison (comme le font certains poêles), afin d'éviter les intoxications qui peuvent parfois être très graves.
- Dans la mesure du possible, ils ne doivent pas contribuer à polluer encore plus l'atmosphère extérieure.



Il faut aérer la maison

La qualité de l'air intérieur d'une maison nécessite une vigilance constante. Nous ne devons pas oublier qu'en plus de l'absorption quotidienne de 3 kg d'aliments et de 2 litres d'eau, nous consommons également chaque jour environ 12 000 litres d'air. Dans la maison, l'air peut se *raréfier (1)*, du fait de quatre causes principales :

- L'augmentation de la concentration du gaz carbonique, du fait de la respiration d'animaux, ou de combustions imparfaites, qui peuvent produire des troubles dans le *cortex (1)* cérébral.
- La présence de bactéries dans l'air, provenant des personnes qui le respirent. C'est pourquoi il faut toujours beaucoup aérer la pièce dans laquelle a séjourné une personne malade.
- De mauvaises odeurs corporelles ou dues à des vapeurs dégagées par des produits domestiques (eau de javel, produits ammoniaqués, insecticides, produits pour nettoyer l'argenterie, etc.), qui peuvent provoquer des *nausées (1)*, des vertiges, des maux de tête, etc.
- L'augmentation de la température et de l'humidité de l'air, à cause de l'évaporation cutanée et de la respiration, et qui produit un malaise, une perte de l'appétit, et une faiblesse générale. Tous ces problèmes ont une solution commune : une aération correcte, qui facilitera le repos et contribuera au maintien de notre bonne santé à tous.

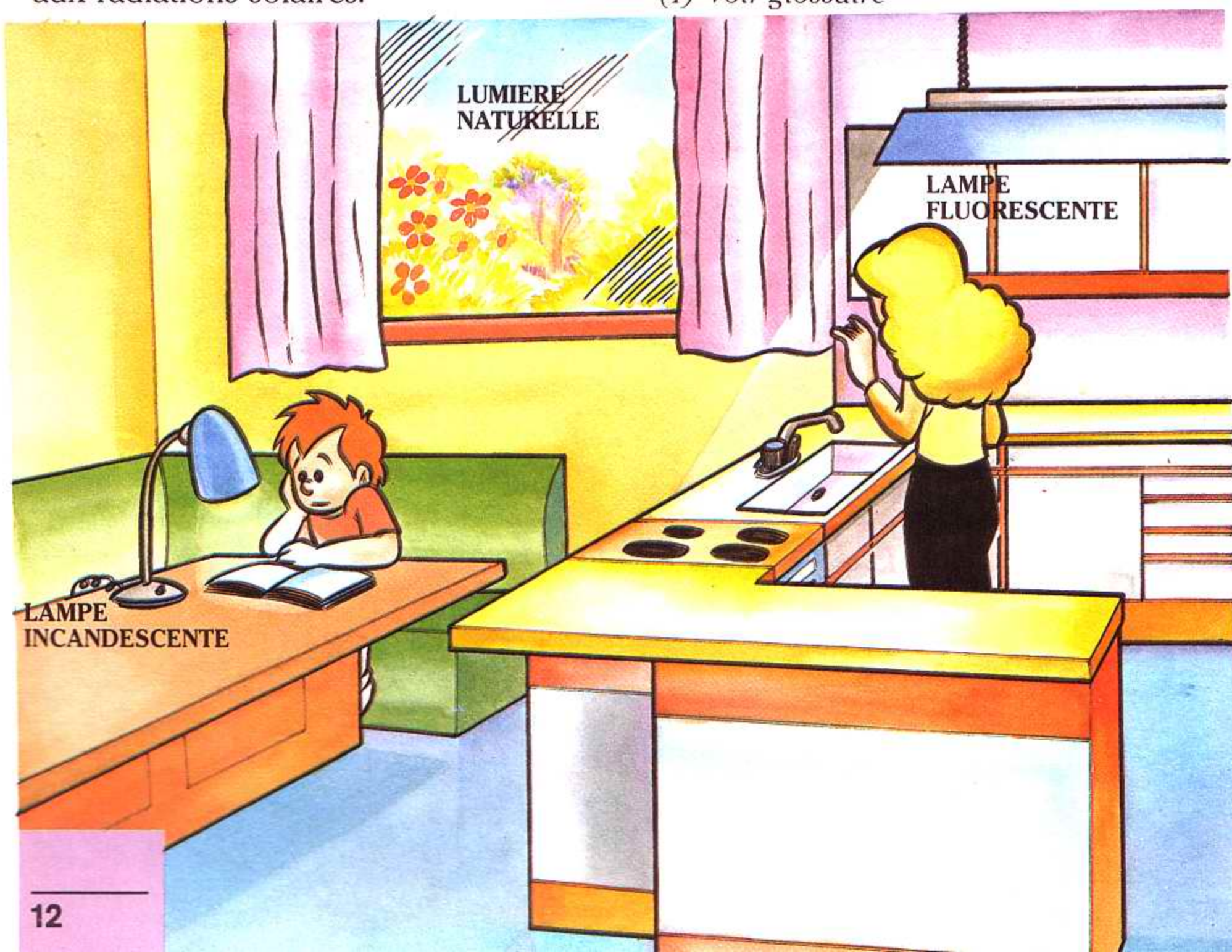
(1) Voir glossaire

Ta maison est-elle bien éclairée ?

As-tu déjà réfléchi au fait que de nombreux troubles de la vue et de nombreux accidents domestiques ont pour cause une lumière déficiente ?
Un bon éclairage aide à préserver le bien-être et la santé de ceux qui vivent dans une maison. La lumière peut être naturelle ou artificielle. La première fournie par le soleil, peut être directe (les rayons solaires entrent directement dans une pièce), ou réfléchie, lorsque la lumière nous parvient est celle reflétée par les murs d'autres maisons. Dans le premier cas, la lumière est, en plus, un puissant désinfectant naturel, car de nombreux microbes ne résistent pas aux radiations solaires.

La lumière artificielle qui éclaire nos maisons provient, en général, de lampes électriques (ampoules) ou au fluor. Dans les deux cas, nous devons éviter qu'elles nous *éblouissent (1)*. En général, la lumière des tubes fluorescents est préférable, car elle est plus uniforme et beaucoup plus froide que l'autre.
Lorsqu'il s'agit d'éclairer notre table de travail (aussi bien à la lumière naturelle qu'artificielle), nous devons veiller à ce que le niveau d'éclairage soit suffisant pour nous permettre de travailler sans nous fatiguer les yeux, sans avoir à forcer la vue. Disposons les meubles et les lampes de manière à ce que la lumière qui nous parvienne du côté opposé à celui de la main avec laquelle nous écrivons.

(1) Voir glossaire



Apprends avec nous

La rage, un risque grave

Le virus de la rage arrive à l'homme par la morsure d'un animal enragé. C'est sans nul doute la plus terrible des maladies transmises à l'homme par les animaux. Si on a été mordu, la meilleure façon de la prévenir, après avoir appliqué immédiatement des désinfectants, est de se rendre rapidement au centre médical le plus proche, où les médecins prescriront le traitement (vaccin), qui s'impose toujours dans chacune des circonstances suivantes :

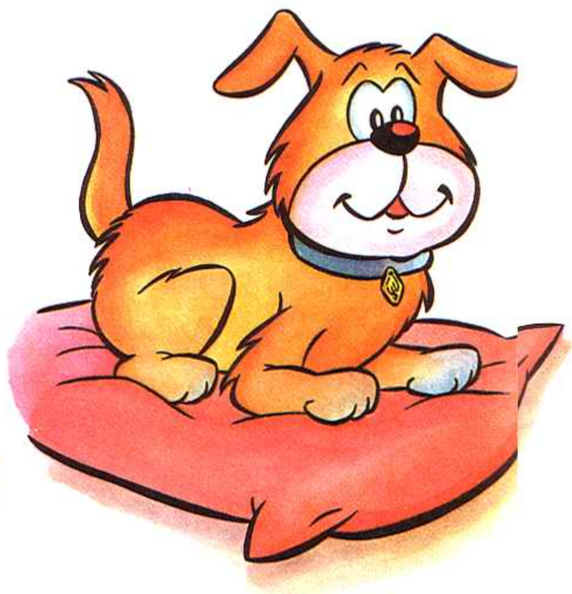
- Si la rage a été signalée dans la région.
- Si l'animal a manifesté une inquiétude ou une agressivité exagérée au cours des jours ayant précédé la morsure.
- Lorsqu'on a la certitude que l'animal était atteint de la rage.
- Lorsque l'on ne parvient pas à retrouver l'animal ayant causé la morsure, et que l'on ne peut donc pas l'examiner pour vérifier s'il souffrait ou non de la maladie.

Apprends à soigner ton chien

Le chien est l'un des animaux domestiques que l'on trouve le plus souvent dans les foyers. Mais, pour que sa présence soit agréable et non pas source continuelle de gêne et d'inconvénients, il faut que tu connaisses et que tu mettes en pratique une série de règles indispensables concernant les soins à lui apporter :

- Il faut le baigner souvent, sinon il véhicule en permanence des mauvaises odeurs et des *parasites (1)*.
- Il doit aussi avoir un coin bien à lui, protégé des *intempéries (1)*, et où il peut se reposer quand il en a envie.

(1) Voir glossaire



- Il doit être constamment protégé des parasites par des insecticides. Les colliers antiparasites de longue durée sont très pratiques.
- Étant donné que les appartements, en ville, ne sont pas très spacieux, on doit l'emmener se promener souvent et régulièrement, pour qu'il puisse courir et faire ses besoins dans des lieux où cela ne gêne personne.
- Il devra être vacciné périodiquement, conformément aux prescriptions légales qui ont pour but de protéger les chiens, afin qu'ils évitent d'attraper et de transmettre des maladies très graves.

Enfin, un dernier conseil : si tu as un chien dans ta maison, il faut que tu en prennes la responsabilité. Si tu te charges de t'en occuper et de lui apporter tout ce dont il a besoin, tu apprendras à devenir responsable et, en retour, tu trouveras un ami fidèle qui ne t'abandonnera jamais.

Si tu aimes vraiment ton chien, prends-en la responsabilité, et donne-lui les soins d'hygiène et de santé dont il a besoin.

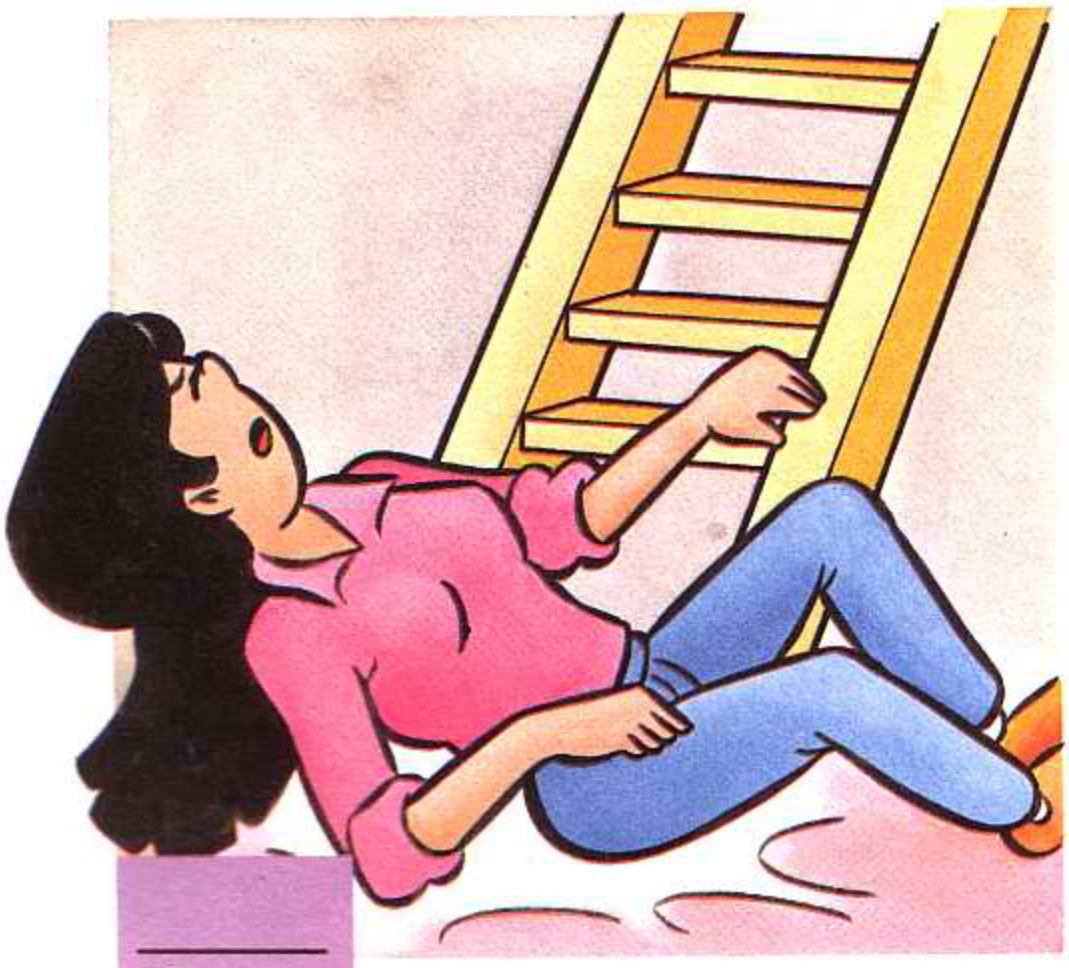
Le danger des accidents domestiques

Qu'est-ce qu'un accident domestique ?

Selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), on entend par domestique tout ce qui se rapporte à la maison, au jardin, à la cour, au garage, aux escaliers ou à toute dépendance ou pièce de la maison ou de l'appartement où l'on vit. Un accident domestique sera donc tout accident se produisant dans l'un de ces lieux, bien que l'on inclue également sous cette rubrique les aires de jeu pour enfants dans les parcs et les alentours de la maison. Les enfants et les personnes âgées sont les victimes les plus fréquentes de ces dommages qui, d'après les *statistiques (1)*, sont la cause d'un tiers de tous les décès par accident se produisant dans le monde.

(1) Voir glossaire

Les chutes et les coupures sont les accidents domestiques les plus courants. Si tu dois grimper sur une échelle ou manipuler un couteau, fais bien attention à ce que tu es en train de faire. Nous accomplissons comme des automates trop d'actions qui présentent un risque, au lieu de nous comporter comme des personnes qui pensent.



Bien entendu, certains accidents domestiques ont existé de tous temps. Les brûlures et les traumatismes de toutes sortes dûs à des coups et à des chutes, de même que les blessures plus ou moins profondes produites par des objets coupants et pointus, atteignaient déjà l'homme préhistorique et nos *trisaïeuls (1)*.

Nous allons à présent voir quels sont, de nos jours, les accidents domestiques les plus courants, leurs causes, et ce que nous devons faire lorsque, par malchance, nous y sommes confrontés.

Les enfants petits s'amusent avec n'importe quoi. Mais ils ne savent pas avec quoi ils jouent.

Pour eux, une bouteille d'eau de javel présente le même attrait qu'une bouteille de lait...

Pour eux, tout ce qui brille, bouge, ou peut s'attraper est digne d'être regardé de près et essayé.

(1) Voir glossaire

Les accidents domestiques les plus courants

LES CHUTES

Les chutes sont la catégorie d'accident domestique la plus fréquente, et susceptible aussi d'être très grave.

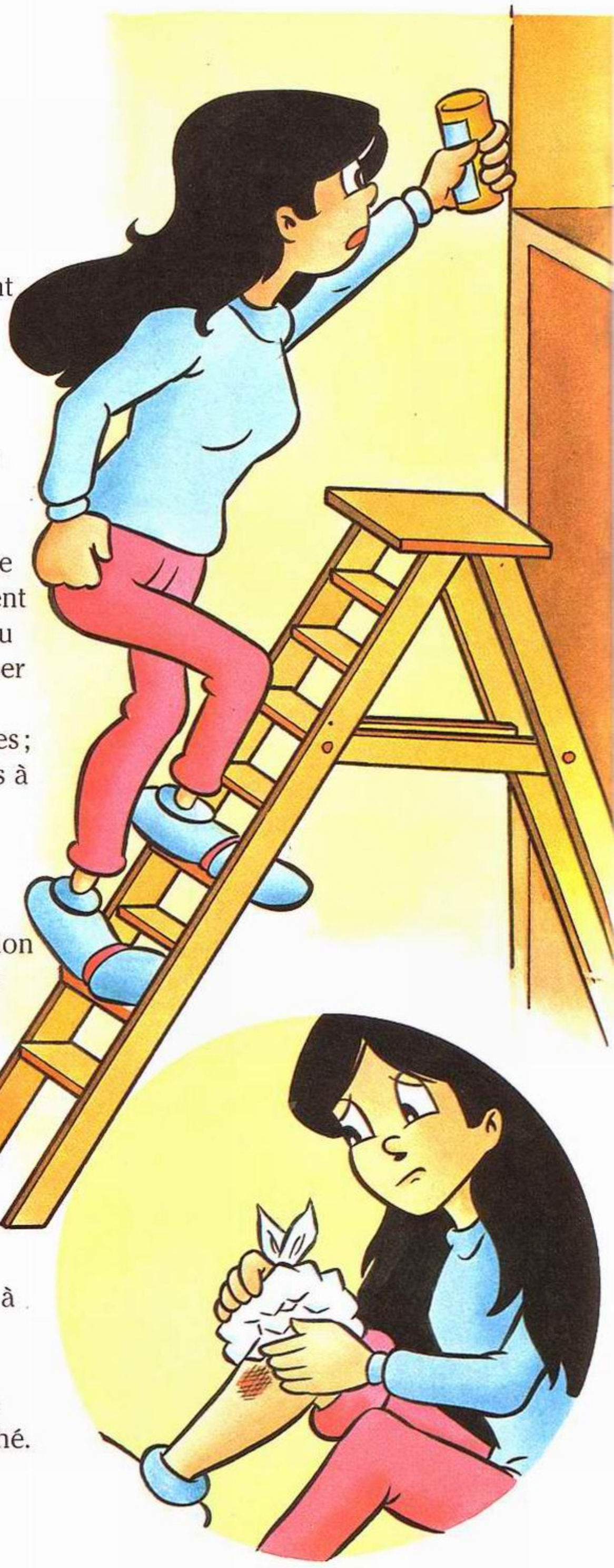
Pourquoi se produisent-elles ?

Leurs causes les plus courantes sont : les sols à différents niveaux ou récemment cirés. Les objets tombés dans un escalier, un mauvais éclairage ne permettant pas de voir correctement les marches, le nettoyage des vitres ou des surfaces en hauteur, le fait d'utiliser des chaises, des tabourets, ou des échelles en mauvais état ou peu fiables ; l'oubli sur le sol de billes ou de patins à roulettes, etc.

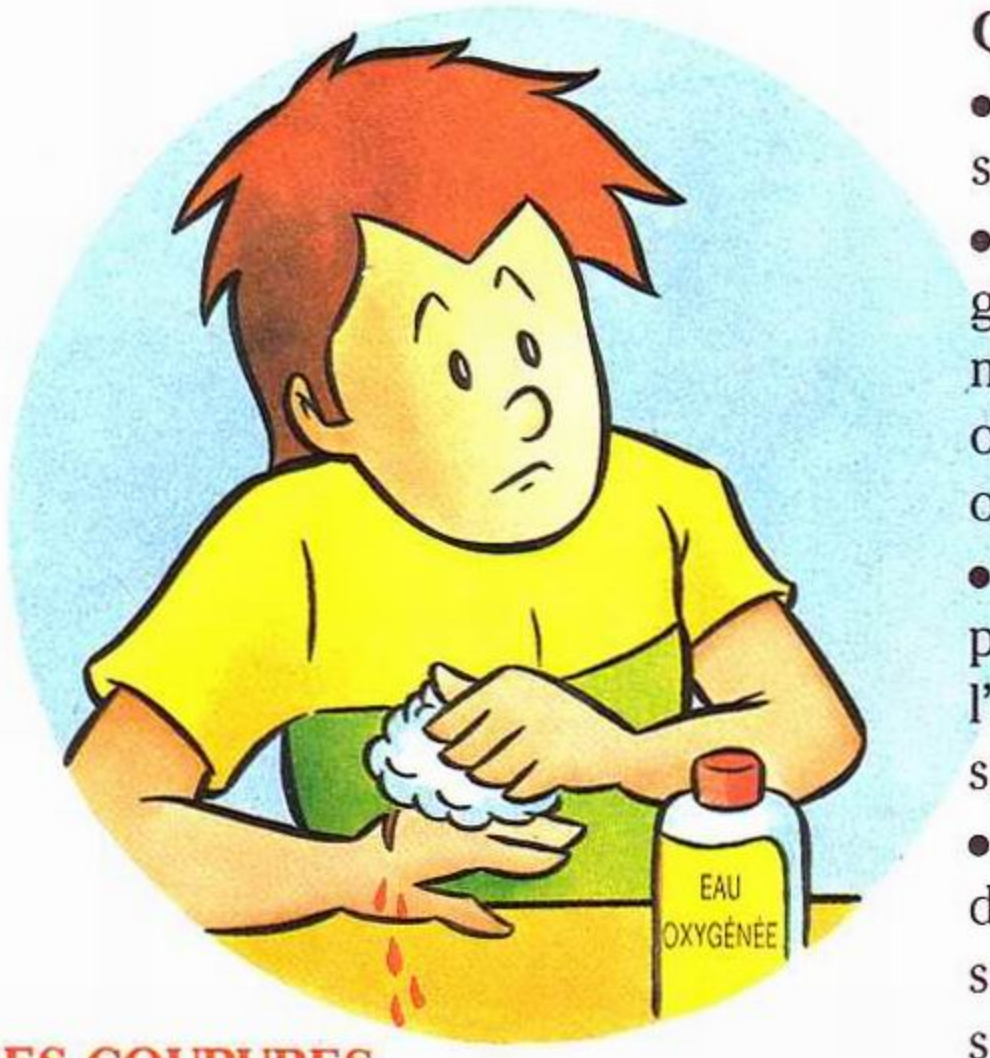
Que faire en cas de chute ?

Bien entendu, consulter un médecin pour qu'il diagnostique le type de lésion (s'il y en a) et prescrive le traitement à suivre. Mais, en attendant, il faut :

- Placer le patient de telle sorte que la zone blessée reste au repos.
- En cas de contusion, placer des poches de glace pour calmer la douleur et réduire l'inflammation.
- Ne faire aucune sorte de massage.
- En cas de blessure ouverte, la laver à l'eau tiède et la désinfecter à l'eau oxygénée.
- Si l'on craint ou si l'on constate une fracture, immobiliser le membre touché.



Lorsque tu manies un couteau, ne perds pas de vue la main qui tient l'objet que tu es en train de couper. Et surtout, ne sois pas distrait, et ne pense pas à autre chose qu'à ce que tu fais.



LES COUPURES

Après les chutes, les coupures représentent l'accident domestique le plus fréquent.

Pourquoi se produisent-elles ?

En règle générale, par suite d'une mauvaise utilisation d'ustensiles coupants, que ce soit par des adultes qui les emploient avec précipitation, ou par des enfants, à la portée desquels ces ustensiles ont été laissés, et qui se blessent parce qu'ils n'en connaissent pas le maniement.

Que faire devant une coupure ?

- Laver la blessure à l'eau oxygénée et sans frotter.
- Arrêter l'hémorragie en appuyant une gaze stérile sur la coupure. S'il n'y a pas moyen de l'arrêter, appeler le médecin ou le service des urgences de l'hôpital ou de la clinique la plus proche.
- Placer sur la blessure, pour la protéger, un *pansement (1)* de gaze, en l'attachant avec un bandage ou un sparadrap.
- Si l'on ne parvient pas à refermer les deux lèvres de la blessure, consulter le service des urgences, car des points de suture seront probablement nécessaires.

(1) Voir glossaire

LES INTOXICATIONS

Pourquoi se produisent-elles ?

La plupart du temps, il faut rechercher les causes des intoxications dans certaines substances que renferment des produits d'entretien et des médicaments que l'on a laissés à la portée des enfants. Il est très important que toutes ces choses soient toujours enfermées en un lieu sûr que les enfants ne puissent pas atteindre. Quant aux causes d'intoxication affectant également les adultes, elles peuvent provenir de leur mauvaise habitude de prendre des médicaments la nuit (ce qui amène à se tromper de médicament), ou d'émanations de gaz et de vapeurs toxiques provenant de poêles, de cuisinières, etc., et, bien entendu, de la consommation d'aliments en mauvais état.

Que faire devant une intoxication ?

Transporter de toute urgence le malade dans un centre hospitalier, car certaines tentatives pratiquées à la maison, comme par exemple de le faire vomir, ou de lui faire boire du lait, etc., peuvent être bénéfiques dans certains cas, mais dangereuses dans d'autres. Tout dépend de la substance ayant provoqué l'intoxication. Arrivé devant le médecin, lui donner toutes les précisions possibles sur le produit avalé : la quantité, le temps écoulé depuis, sont des questions fondamentales pour qu'il puisse déterminer le traitement à administrer à l'intoxiqué.

Lorsque les bébés commencent à se déplacer, on ne prend jamais assez de précautions.

LES BRULURES

Les enfants de moins de 7 ans sont les plus touchés par ce type d'accident. Une brûlure peut avoir des conséquences extrêmement graves, et le meilleur moyen de les éviter réside dans une mesure aussi élémentaire que d'empêcher aux enfants l'accès à la cuisine et aux autres endroits où se trouvent des allumettes, de l'eau bouillante ou d'autres produits *abrasifs (1)* ou susceptibles de prendre feu facilement.

Pourquoi se produisent-elles ?

En grande partie du fait de l'ignorance de l'enfant devant ce genre de danger. Par exemple, de nombreux enfants se sont brûlés avec de l'huile bouillante pour avoir voulu attraper le manche d'une casserole dépassant de la cuisinière. Une jolie boîte d'allumettes a souvent été la cause d'accidents graves. Dans le cas des adultes, la précipitation ou le manque d'attention en manipulant des substances combustibles, à la cuisine ou auprès des appareils de chauffage, expliquent certains accidents que l'on dit ensuite inexplicables.

Que faire devant une brûlure ?

- Ne pas toucher la peau brûlée.
- Laisser intactes les ampoules produites sur la peau, car elles évitent les infections.
- Si la brûlure n'est pas très étendue, appliquer dessus de l'eau froide. Mais, si elle est étendue, consulter immédiatement un centre médical. Les remèdes "maison" sont souvent peu recommandables en cas de brûlures importantes.

(1) Voir glossaire

LES ELECTROCUTIONS

Tout type de branchement électrique manipulé avec les mains mouillées peut entraîner une électrocution. Lorsque l'on a les mains ou les pieds mouillés, éviter de se servir d'un appareil électrique, quel qu'il soit, est une précaution élémentaire, particulièrement importante à la cuisine ou dans la salle de bains, car ce sont les deux endroits où il est normal d'utiliser un appareil électrique et, pour des raisons évidentes, d'être en contact avec l'eau.

Pourquoi se produisent-elles ?

En règle générale, par suite d'utilisation d'appareils électroménagers dans la salle de bains, ou par leur mauvaise manipulation ailleurs dans la maison.

Il faut faire très attention à l'électricité, même s'il ne s'agit que de brancher un appareil.

Quant aux enfants, on sait l'attrait puissant qu'exercent sur eux les prises électriques, qu'ils touchent avec une ignorance totale du danger qu'elles représentent.

Que faire devant une électrocution ?

- Si le patient est resté en contact avec l'appareil électrique, il faut l'en séparer APRÈS AVOIR DÉCONNECTÉ LE COURANT ÉLECTRIQUE DE LA MAISON. Si cela n'est pas possible, la personne qui s'occupe de la victime doit se protéger avec des gants en caoutchouc ou du papier journal.
- Si la respiration est arrêtée, pratiquer la respiration artificielle et appeler le service des urgences le plus proche.
- Si, de plus, des brûlures se sont produites, procéder selon les instructions données à la page concernant celles-ci.

Les asphyxies provoquées par l'ingestion de corps étrangers

Elles se produisent essentiellement chez les bébés et les très jeunes enfants qui ont l'habitude de mettre dans la bouche tout ce qu'ils trouvent à leur protée, sans la moindre idée du risque encouru.

Pourquoi se produisent-elles ?

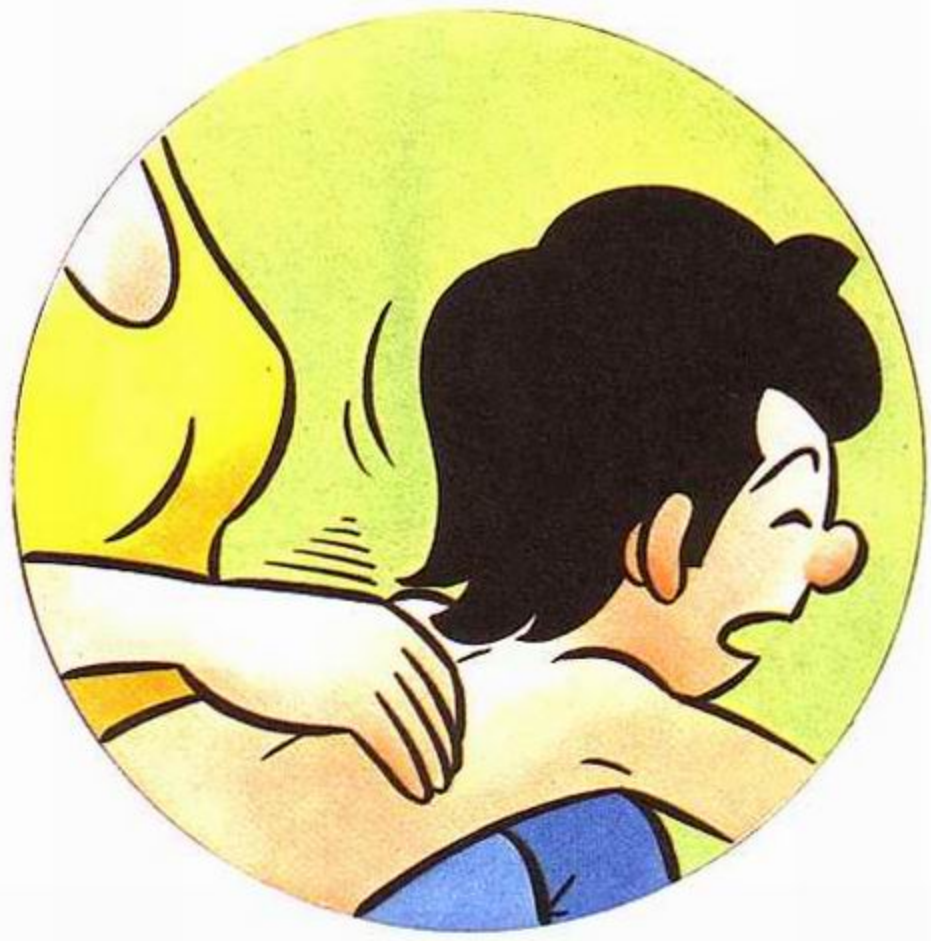
Les causes de ce type d'asphyxie sont multiples : un jouet trop petit, un bonbon, un bouton ou tout autre objet. Chez les adultes, elles peuvent survenir en avalant de travers un morceau de viande, de pain, ou tout autre aliment dur.

Que faire en pareil cas ?

- En premier lieu, essayer de savoir si l'objet est petit et *émoussé (1)*, (auquel cas il pourrait être avalé et expulsé normalement dans les excréments), ou s'il s'agit au contraire d'un objet pointu susceptible de provoquer des lésions internes. Dans le premier cas, il faudra surveiller les *selles (1)*, afin d'être certain que l'objet a été éliminé. Dans le second, on appellera de toute urgence un médecin, qui nous dira comment procéder.
- Si l'asphyxie survient, placer le patient la bouche en bas et lui taper entre les *omoplates (1)* jusqu'à ce qu'il expulse l'objet ingéré. Et, bien entendu, si l'asphyxie persiste, appeler immédiatement le médecin.

(1) Voir glossaire

Rien n'échappe à l'insatiable curiosité des enfants ! Surtout lorsqu'il s'agit de quelque chose qu'ils peuvent porter à leur bouche, pour en "tester" le goût...



L'EDUCATION DE L'HYGIENE

Nous avons parlé d'un foyer confortable et d'un foyer sûr. De même, nous avons vu qu'un foyer sain doit être bien aéré, correctement éclairé, et capable de préserver ses habitants d'un froid excessif comme d'une chaleur exagérée. Mais tout ce que nous avons vu pour protéger la santé d'une famille, se résume en un seul mot qui devrait être inscrit en lettres d'or dans tous les foyers : l'hygiène.

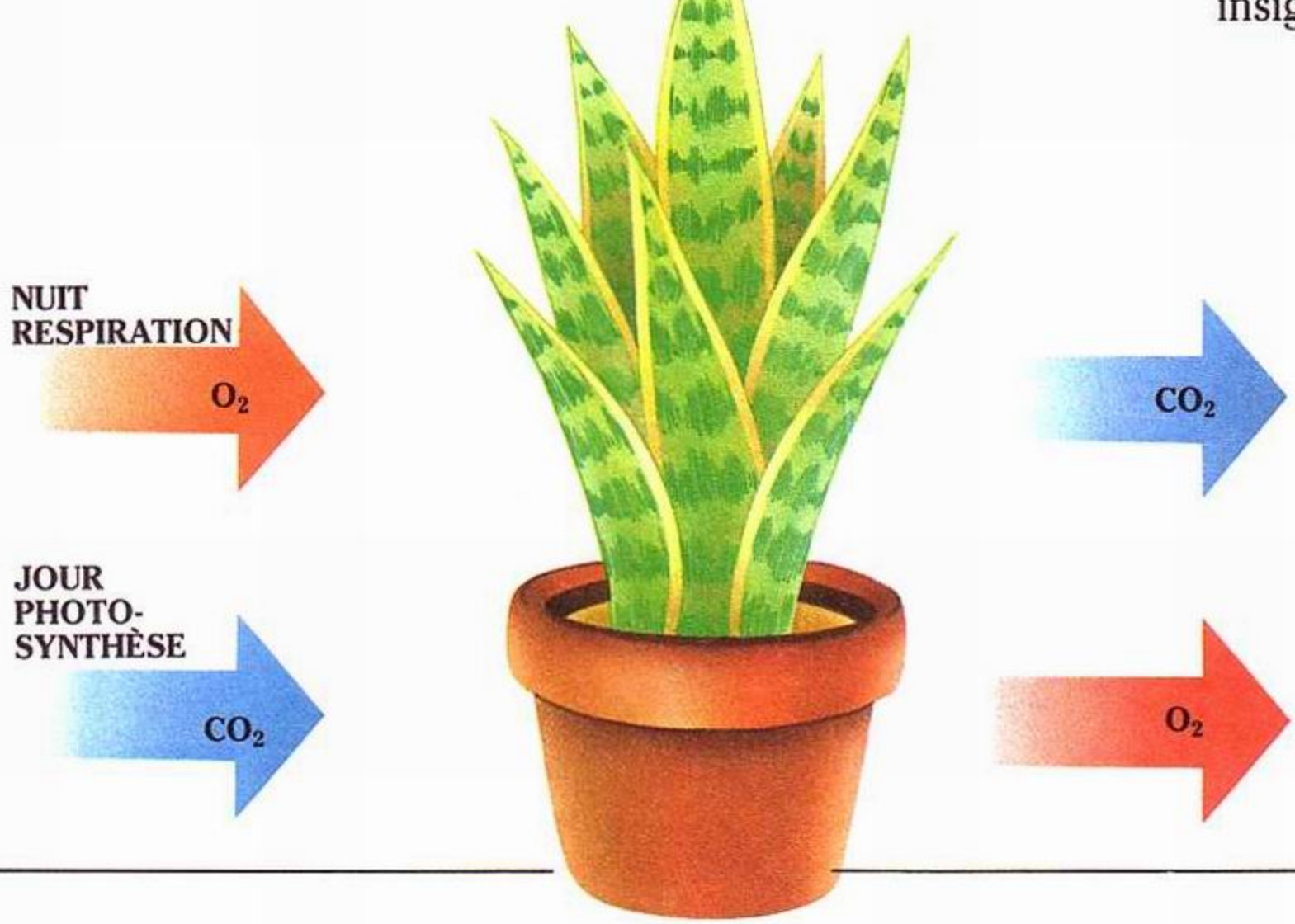
Certaines habitudes telles que celles de se laver les dents souvent, ou les mains après être allé aux toilettes, de laver les fruits et les légumes avant de les consommer, de changer fréquemment son linge de corps, de se doucher quotidiennement, etc., sont des règles qui apportent une protection extraordinaire contre les maladies. Heureusement, les progrès techniques modernes facilitent l'entretien du foyer. Il faudrait néanmoins que les gouvernements instruisent la population sur des règles à la fois aussi importantes et aussi simples à suivre. Les parents pourraient ensuite transmettre ces informations à leurs enfants, et la population grandirait alors en recevant une éducation complète en matière d'hygiène domestique, qui peut tant faire pour la santé.

A l'heure actuelle, d'importantes campagnes d'information sont menées, à partir des moyens de communication (presse, T.V., radio) ou dans les écoles, afin que les règles d'hygiène deviennent une habitude.

Apprends avec nous

Des plantes d'appartement ?

Les modes en matière de décoration imposent parfois la présence de plantes à l'intérieur du foyer. On s'est donc demandé s'il convenait d'en avoir, en particulier dans les chambres à coucher. Nous savons que les plantes utilisent le gaz carbonique présent dans l'air, et dégagent de l'oxygène. Dans le cas qui nous préoccupe, les plantes d'intérieur apportent de l'oxygène, qui enrichit l'air de la pièce. Mais cela ne se produit que dans la journée, pendant laquelle les plantes, grâce à la lumière solaire, réalisent leur photosynthèse. La nuit, elles absorbent de l'oxygène et dégagent du gaz carbonique, réduisant ainsi la quantité d'oxygène présente dans l'air d'une pièce ou d'une chambre à coucher. Si cette pièce est petite, la plante peut être nocive pour les personnes qui y dorment mais, si elle est grande ou de taille moyenne, la menace que représente une plante d'intérieur est insignifiante.



Quelques conseils pour...

Les excursions en plein air sont source de santé et d'activité instructive. Elles représentent une école de camaraderie, d'amour et de respect de la nature.

Les excursions

Il est bien connu que les habitants des grandes villes ressentent de plus en plus souvent le besoin de reprendre contact avec la nature. Telle est la raison des interminables files de voitures qui se forment chaque fin de semaine à la sortie des villes, lorsque les citadins partent à la recherche du repos hebdomadaire, loin de chez eux et de leur travail. Mais, tandis que certains se contentent de contempler le paysage par la fenêtre de leur voiture, de leur chalet ou de leur appartement, d'autres recherchent un contact plus profond avec la nature, et font de longues marches dans la montagne, où parfois même ils ouvrent de nouveaux sentiers.

Nous n'allons pas parler ici d'alpinisme ni d'autres sports de montagne qui exigent une préparation physique et des connaissances bien précises, mais simplement de la marche en plein air : un sport à la portée de tous et qui donne une forme physique éblouissante et la paix de l'esprit. Si ce sport t'intéresse, va voir les services de ta mairie, qui organisent certainement des marches dans ta région. Ils te renseigneront et pourront te mettre en contact avec des gens qui se passionnent pour la même chose que toi.

Quant à nous, nous allons simplement te donner quelques conseils de base pour tout ce qui peut préparer à une excursion de montagne, sac au dos :

1. Ne jamais marcher en solitaire. La plus petite chute pourrait mettre en danger la vie d'une personne si elle est seule.

2. Toujours se renseigner sur le temps prévu pour le jour de l'excursion. S'il est mauvais ou s'il empire pendant la marche, s'arrêter et rentrer immédiatement. Le mauvais temps, en particulier les orages, sont les grands ennemis des marcheurs.

3. Si on ne connaît pas la zone explorée, ne jamais prendre de sentier ou de raccourci ne figurant pas sur la carte. Ne pas oublier non plus que les pentes couvertes de neige ou d'herbe sont glissantes, donc dangereuses.

4. Il faut toujours laisser à quelqu'un les renseignements concernant l'itinéraire que l'on va emprunter, et le temps prévu pour le parcourir. De cette façon, en cas de retard, les équipes de sauvetage pourront agir en sachant où elles doivent se diriger.

Ces quatre règles sont faciles à suivre, et elles peuvent garantir le succès d'une excursion en prévenant d'éventuels accidents.

Glossaire

ABRASIF
Capable d'user, de polir.

CORTEX
Se dit à propos de l'enveloppe, ou couche superficielle de certains organes : cortex cérébral, cortex surrénal.

ÉBLOUISSEMENT
Eclair momentané qui disparaît presque immédiatement. Il peut se produire du fait d'un excès de lumière.

ÉMOUSSER
Affaiblir ; rendre moins coupant, moins aigu.

INTEMPÉRIES
Les rigueurs du climat ; dérèglement dans les conditions atmosphériques.

NAUSÉE
Malaise physique prenant la forme d'une angoisse et d'une envie de vomir, qu'une personne ressent lorsqu'elle est écœurée.

NOMADISME
Mode de vie de certaines personnes qui n'ont pas de résidence fixe. Par exemple, l'homme préhistorique était un nomade, et, de nos jours, certaines tribus telles que les touaregs, sont les nomades du désert.

OMOPLATE
Os plat de la partie supérieure de l'épaule.

PANSEMENT
Bandage de gaze ou d'autre matière, utilisé pour recouvrir et protéger une blessure.

PARASITE
Animal qui vit aux dépens d'un autre sans rien lui apporter en échange. Par exemple, les puces sont des parasites du chien, car elles vivent à ses dépens.

RARÉFIER (SE)
Devenir plus rare, s'appauvrir, perdre de sa qualité. Lorsque l'on parle de l'air, on dit qu'il se raréfie lorsqu'il a moins d'oxygène qu'en cas normal.

SELLES
Explusion des excréments hors de l'intestin et du corps.

STATISTIQUES
Science qui a pour objet l'étude numérique des faits sociaux. C'est le cas des sondages destinés à vérifier la fréquence avec laquelle un fait se produit dans un groupe de personnes donné, ou à connaître l'opinion de la population sur des questions précises. Par exemple, pour savoir quelle est la voiture la plus utilisée par les Français, on fera une enquête parmi les vendeurs et les consommateurs. De plus, selon les demandes formulées, cette statistique permettra de connaître l'âge des conducteurs, leur profession, leur lieu de naissance, etc., en rapport avec chaque type de voiture.

TRISAÏEUL
Père ou mère du ou de la bisaïeule, c'est-à-dire des arrière-grands-parents.

Table des matières

VIVRE CONFORTABLEMENT

Le foyer, un besoin fondamental 6

RAPPELLE-TOI : Le sang, un moyen de transport efficace 8

Faut-il garder le chauffage allumé ? 10

Il faut aérer la maison 11

Ta maison est-elle bien éclairée ? 12

APPRENDS AVEC NOUS : La rage, un risque grave 13

Apprends à soigner ton chien 14

LE DANGER DES ACCIDENTS DOMESTIQUES

Qu'est-ce qu'un accident domestique ? 16

Les accidents domestiques les plus courants 18

Les chutes 18

Les coupures 19

Les intoxications 20

Les brûlures 21

Les électrocutions 22

Les asphyxies provoquées par l'ingestion de corps étrangers 23

L'éducation de l'hygiène 24

APPRENDS AVEC NOUS : Des plantes d'appartement ? 25

QUELQUES CONSEILS POUR... Les excursions 26

MÉTRO : Chef parachutiste-anticorps. Tel un preux chevalier, il lutte dans son armure métallique. Il est sûr de lui, rouspéteur et... hilare dans l'exercice de ses fonctions.

PIERROT : Globule blanc lymphocyte et Capitaine de la Police du corps. Il se déplace dans une capsule spatiale. Les lymphocytes sécrètent des jets de toxines et éjectent des bataillons d'anticorps.

PSI : Globule blanc lymphocyte. Lieutenant de police et adjointe de Pierrot. Sa subtilité, quand il s'agira de déjouer les ruses des virus envahisseurs nous rendra bien des services.

PETIT GROS : Globule blanc polynucléaire et chef d'un groupe de l'infanterie de combat de la police du corps. Ceux-là n'hésitent pas à phagocyter, tels des « enzymes gloutons ».

LE TEIGNEUX : Méchant chef des microbes ou bactéries diverses. L'ennemi traditionnel de Petit Gros.

MAESTRO : Notre vieil ami est le savant et distrait chef d'une cellule. Il est aussi, grandeur nature, le bon médecin qui prodigue conseils et soins aux jeunes garnements imprudents.

LE NABOT : Chef virus et virus lui-même. Insidieux, sournois. Le plus dangereux ennemi du corps humain... et de nos amis.

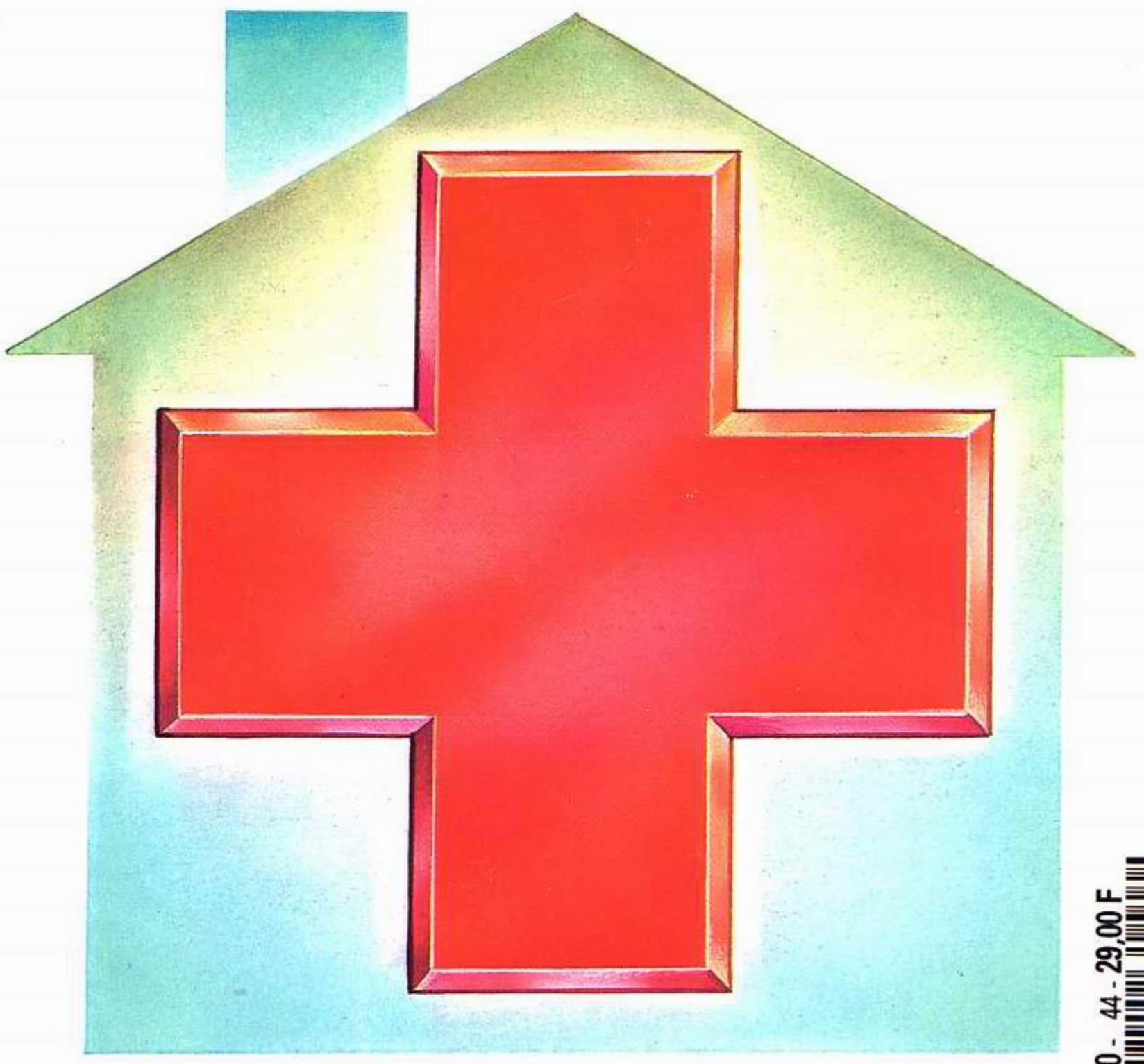
MAITRE GLOBUS : Un très vieux globule, plein de sagesse et de savoir. Il nous remémore fortement Maestro. Il servira parfois de guide pour initier les jeunes Hémo et Globine aux mystères du corps.

HÉMO : Un porteur globule rouge, dont l'aspect nous rappelle celui du Petit Gros. C'est un costaud, naïf et tendre et on en abuse.

GLOBINE : Globule rouge et amie de Hémo. Moitié petite Pierrette, moitié Betty Boop. Malgré ses grand yeux innocents elle est futée pour deux.

La collection « Il Était une Fois la Vie », se compose de 50 albums. Elle a été conçue pour les 30 premiers volumes, par une équipe de spécialistes en anatomie (médecins, professeurs...), et pour les 20 derniers, par des professionnels du secourisme et de la prévention. Cette collection propose à l'enfant une méthode originale, simple et attractive qui lui permettra de se familiariser avec l'anatomie du corps humain et son fonctionnement, ainsi que de savoir comment en prendre soin.
La collection « Il Était une Fois la Vie » œuvre de référence, traite et développe les mêmes thèmes que ceux étudiés à l'école, en les égayant avec les personnages de la série télévisée « Il Était une Fois la Vie » d'Albert Barillé, qui a été unanimement reconnue et récompensée par les plus hautes distinctions pour sa valeur pédagogique et sa rigueur scientifique.

Dans ce volume nous allons parler du foyer. Nous étudierons les conditions que doit remplir une maison et les soins à lui donner. Tu verras les dangers des accidents domestiques et la façon de les prévenir. Et nous t'indiquerons par ailleurs les règles de base des excursions en plein air, afin que tu puisses t'y adonner sans risque.



M 6350 - 44 - 29,00 F
195 FB - $ 5.95